

سائنس

مؤلفہ ضحیٰ

ڈاکٹر شاد گیلانی
ہومیو پتھین و ماہر علوم فلکیات

ناشرین

محکم سراج الدین اینڈ سنز تاجران کتب

کشمیری بازار۔ لاہور (۸)

سائنس

مؤلفہ

ڈاکٹر شاد گیلانی
ہومیو پتھین و ماہر علوم فلکیات

ناشرین

مکس سراج الدین اینڈ سنز تاجران کتب

کشمیری بازار - لاہور (۸)

سائنس

مؤلفہ شہیدہ

ڈاکٹر شاد گیلانی

ہومیو پتھریشن و ماہر علوم فلکیات

ناشرین

ملک سراج الدین اینڈ سنز، باجران کتب خانہ، کراچی (۸)

ملفوظات علوی

کتاب علی المرتضیٰ

یعنی

حساب امیر المؤمنین علی المرتضیٰ علیہ السلام
الہی تخلیق علیہ السلام کی سب سے بڑی
انوار کا کتاب ہے۔ علی المرتضیٰ علیہ السلام
موت پر تکمیل کا دور

علامہ سید ابوالاعلیٰ محمد بن حیدر الہادی
احدی قمی، مشہور تفسیر
علامہ مسیح کاشانی

سہر کمال جدید

یعنی

ہزارہا کی تفسیر اور تفسیر کے
رکن ہر کتاب کے لئے دعا ہے کہ
کے لئے اشتیاق مرقیہ دلائی ہے

چند چند چند چند چند چند
فہرست کتب کے لئے
سامعی ۱۲۰۰
دوبہ: مسطورہ ہفتہ ستر
الہیہ اینڈ سنز، کاشانی بازار
کراچی (۸)

ملک سراج الدین اینڈ سنز، پبلشرز، کاشانی بازار، لاہور (۸)

ہم کو قیامت سے ڈرانے کے لیے
اور صحت کے لئے بھی بہت ضروری ہے۔ اس میں
سہارک اور دعا ہے۔ دنیا کی ہر چیز میں
اچھے کے سوا کچھ نہیں ہے۔ اور اس میں
اور اس کے آقا کا ایک ایک لفظ اس وقت کہ
ہوئے مندوں کی مانند دشمنان جو تھے۔ جن سے
حاصل کئے ہیں اور صاف زندگی میں
پر پانچ حصے ہیں

حضرت علی کرم اللہ وجہہ کے سب سے
پرستی، علوم و اسکاں کے کوئی واقعہ نہیں
کے علم زاد بھائی سب سے پہلے مسلمان
کے جان نثار اور حفاظت کے سب سے
تخلیق کے والد ماجد، ان کی ساری
اور اس خدمت میں اپنے جان نثار

نور کمال ان کے اقوال کا ایک
افضل کا ایک اور غرض
مجاہد کا ایک اور غرض
چند چند چند چند چند
کے چشم بینا کا بدن
اس میں وہ کتب کے
دوبہ: مسطورہ ہفتہ ستر
الہیہ اینڈ سنز، کاشانی بازار
کراچی (۸)

ملک سراج الدین اینڈ سنز، پبلشرز، کاشانی بازار، لاہور (۸)

ساقس

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

حیات انسانی کا وہ دار و مدار اس پر ہے۔ روایتی فتنے کا نام زندگی ہے۔
 وہ اس کے بدلے کے نام موت ہے۔ پھر کچھ سمجھ میں نہیں آتا کہ وہ چیز جس کا
 انحصار زلیات و حرک پر ہے۔ وہ کیا ہے؟ خدا ایک عجیب غریب شے کیوں نہ ہو۔
 یہ انوریات کے کہ ہمارے ہی ناقص و نامکمل عقل اس متعنی کو نہ سمجھا سکے کہ
 اس میں کیا کیا خواص موجود ہیں۔ مگر حال تک تجربات نے راہ بتائی ہے
 وہاں تک نہ علما کفرانِ نعمت سے کم نہیں ۔

دنیا کب پیدا ہوئی، کیونکر پیدا ہوئی، اس کو وہی حضرات بیان کر چکے
 جو تاریخی نقطہ نظر سے ہر علمی عالم پر نگاہ دوڑائیں گے مگر میں یہ کہتا ہوں کہ
 دنیا جب پیدا ہوئی اس میں حرکت تھی۔ کیونکہ اصل اصول تمام اشیاء مادی
 کا حرکت پر انحصار ہے۔ بغیر حرکت کے نہ کوئی چیز ظاہر ہوتی ہے۔ نہ کسی
 چیز سے کوئی چیز وجود میں آتی ہے۔

سائنس فنی ایک حرکت ہے۔ جو حالت مہستی میں ایک تغیر پیدا کرتا ہے
سائنس کی حرکت ایک طرح نہیں۔ بلکہ اس میں اختلاف یعنی تعدد و تفرق بھی
ہے۔ پھر کیا سبب ہے کہ زندگی میں عمیق تغیرات نہ ہوں۔ بہاؤے تغیرات
زندگی کا حرکت نفس سے ایک خاص تعلق قائم ہے۔ اور تجربات شاہد ہیں کہ

تغیر نفس سے تغیرات زندگی وقوع پذیر ہوتے ہیں۔ باہر کنگن کو آرسی کیا۔ آئینہ بیان ہونے والے عجائبات سے شاید سیکھے۔

انسان چار لگانہ یا پنج لگانہ عمارت کا مرکب بنایا جاتا ہے۔ انہیں عناصر
سائنس میں متعلق ہے۔ اور جیسے انسان کے سات اعضاء داغ، دل، کبد، ریه،
حرارہ، طحال، آکڑ، تناسل، مختلف سات ستاروں سے منسوب ہیں۔ اسی طرح
سائنس مختلف ہیئت مختلف ستاروں سے نسبت رکھتی ہے اور مزید نسبت نفاس
مجد لگانہ اثرات کی حامل ہے یعنی سات ستاروں سے سات قسم کی سائنس متعلق ہے۔
اور ہر قسم کے سائنس کے جسم انسان اور حالات زندگی پر مختلف اثرات واقع ہو گئے
ہیں۔ انہیں سات اقسام سے حالات نامہنی، حالات استقبال، حالات
انکشاف ہوتا ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ زندگی کے نشیب و فراز، خوشی، غم۔
مصیبت، راحت، خیر و عذوبہ کا اظہار کیا جاتا ہے۔ مہمانے سلام اس سائنس
سے آج تک مخفی ہے۔ کیونکہ ان کے جہاں کسی صورت سے کوئی غیبی اثر خبر بیان
کرنا قیامت تک کے لئے حرام قطعی ہے۔ اس لئے، نمود نہ کیجی، کہہ سکیں کہ انور
کی طرف توجہ رہی نہ دی۔ دوسرا اگر ان کو کبھی خیال ہو بھی نہ اپنی دس ترس سے باہر
جا کر مجبور ہو گئے *

البتہ فقر اور دلایا اور اس نے اس علم کو مکہ حقد فروغ بخشا اور اس پر عمل کیا۔ اور اسی لئے ان سے عجیب و غریب واقعات ظہور پذیر ہوئے۔ اس علم کے حامل کو عمل و نجوم کی طرح زنجیر بنا کر احکام جاری کرنے کی تکلیف نہیں ہوتی۔ مگر آثار و کوائف اور سائنس کی نوعیت معلوم کرنے کے بعد ممکن مطلق ہوا کر دیتے ہیں۔ جو بہت زیادہ درست ہوتے ہیں۔ مگر است سے کم نہیں +

اس کے علاوہ خوفناک اور خوفناک جانوروں کی مہارت - آنے والے واقعات

سے قبل اوقات مطلع ہوتا۔ طوالت حیات۔ عمر العاج۔ بیماریوں کا علاج۔
عجاہیات زندگی اور معجزات و کرامتیں سب کچھ علم النفس سے متعلق ہیں +
اگر کسی کو اس امر سے اختلاف ہو تو جو کچھ میری تحقیق یہ ہے کہ علم النفس
تمام علوم کا ستراج ہے۔ اگر علم النفس میں مہارت پیدا کر لی جائے تو پھر نہ صرف علم دنیا
بلکہ علم دین پر بھی عبور حاصل ہو جاتا ہے۔ حدیث شریف میں ہے۔ مَنْ عَرَفَ
نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ۔ جس نے اپنے نفس کو پہچان لیا اس نے خدا کو
پہچان لیا +

کوئی علم ایسا نہیں جو باطن علم النفس میں سمجھاؤ نہ ہو۔ اور قدرت کی نیامنی
دیکھنے کہ جہاں علم النفس تمام علوم کا ستراج ہے۔ اور علوم ظاہری و باطنی کا منبع ہے
وہاں آسان بھی اس قدر ہے کہ کسی تعلیم و تعلم کی ضرورت نہیں ہے۔ قلب میں
جب روشنی پیدا ہو جائے تو وہ خود شعل راہیں اور مقاصد کے راستوں کی تاریکی دور
کرتی جاتی ہے۔ اور شاہد مقاصد سے ہمکنار کرتی ہے +

چونکہ نفس کی ظاہری بنیاد سانس پر ہے جس کے مد و جزر و جیات انسانی
کی بنیاد ہے۔ نفس کے اس اٹنے جانے میں علم و فیوض کے بے شمار تندر و جزن
میں +

اوقات نفس

علم النفس کی بنیاد چاند کی تاریخوں پر ہے۔ چاند کا زمانہ دو قسموں پر
منقسم ہے۔ ایک زمانہ عروج اور دوسرا زوال +
عروج یعنی چاند فی مابین کیم سے چودہ تک اور زوالی اندھیری راتیں چودہ
چاند سے اخیر تک چودہ سے مراد چودھویں تا یارح نہیں بلکہ چودھویں کی شب
مراد ہے یعنی تیرہ تاریخ کا دن گذر کر جو رات آئے جس کی صبح کو چودہ ہوگی۔

اور چودہ سے اخیر تک زوال کا زمانہ ہے +

قدرت نے ایک قانون مقرر کر رکھا ہے کہ طلوع شمس سے ایک گھنٹہ صلیب
شروع ہوگا۔ ایک گھنٹہ چلنے سے مراد نہیں کہ دوسرا گھنٹہ بالکل سب سے ہوگا۔ بلکہ
ایک گھنٹہ سے سانس زیادہ نکلتی ہے۔ اور دوسرے گھنٹے سے بہت کم
سانس نکلتی ہے۔ جس گھنٹے سے سانس کثرت سے نکل ہی ہو وہی حقبت چل رہا
ہوگا۔ آپ تاک کے قریب ہاتھ کی ہتھیلی رکھ کر یا کسی معلوم کر سکتے
ہیں +

اب سنئے قدرت نے ایک قاعدہ لکھ مقرر کر رکھا ہے کہ طلوع شمس سے
ایک گھنٹہ صلیب شروع کرتا ہے۔ جو پورے دو گھنٹے کے بعد دوسرے گھنٹے کی طرف
سانس کو تبدیل کر دیتا ہے +

اسی طرح ہر دو گھنٹے کے بعد ایک سے دوسرے گھنٹے میں سانس تبدیل
ہوتی رہتی ہے۔ اور یہ قدرت کی طرف سے معین کردہ وقت ہے۔ اس میں کوئی تبدیلی
مختلف عوارضات۔ حادثات۔ غشی و سہرت۔ عزم و الم کے باعث و قریب پر
ہوتی رہتی ہے۔ اور اس کی پیشگی مطالعہ کرنے سے ہر قسم کے واقعات و حوادث
کی طرح واضح ہو سکتے ہیں۔ ایک آدمی اگر اپنے سانس پر نگہ رانی کرے تو پہلے
ہر نہایت بے متعلق قبل از وقت مطلع ہو سکتا ہے +

جب تک سانس اپنی مقدار پر چل رہی ہو۔ آپ نے لکھی ہے زندگی بسر
کے بعد زندگی ایک سیدھی راہ پر پہلی جا رہی ہے جس میں کوئی عجیب اور
نہیں ہے۔ لیکن جب کوئی بات ظہور پذیر ہوئے دالی ہوتی ہے۔ تو وقت قبل
وقت سے اعلان کر دیتی ہے۔ اور قدرت کا اعلان اس صحت میں ہوتا ہے۔ سانس
بچاؤ سے دو گھنٹہ چلنے کے لحاظ گھنٹہ ایک گھنٹہ میں تبدیل ہوا شروع ہو جاتی ہے۔

آپ اگر اپنے نفس پر گورٹ کریں۔ تو آپ اس طریقہ سے آنے والے واقعات سے
باجر ہو سکتے ہیں +

یاد رکھنے کے قابل یہ بات ہے کہ سانس ۲ گھنٹہ سے زیادہ کبھی نہیں چلتی
اس کی زمانہ کم ہو سکتا ہے، ۲ گھنٹہ سے زیادہ نہیں +

سانس کی مشہور قسمیں

بائیں نتھنے سے سانس جاری ہو تو اسے قمری سُر کہتے ہیں +

دائیں نتھنے سے سانس جاری ہو تو اسے شمسی سُر کہتے ہیں +

جب دونوں سے سانس برابر چل رہی ہو تو اسے متساویہ کہتے ہیں -

قمری سُر کا ستارہ قمر ہے - دائیں نتھنے کا ستارہ شمس ہے۔ نفس متساویہ کا
تعلق عقاربند سے ہے +

جب سانس ۳ دائیں نتھنے سے بائیں کی طرف یا بائیں سے دائیں کی طرف

منتقل ہوتی ہے تو اس انتقال نفس کے وقت قریباً دس منٹ تک نفس متساویہ

رہتا ہے۔ نفس متساویہ ختم ہو جانے کے بعد سانس ایک سے دوسرے نتھنے کی

جانب بالکل منتقل ہو جاتی ہے +

جب سانس دائیں نتھنے سے بائیں نتھنے کی طرف منتقل ہونا چاہتی ہے

تو نفس متساویہ چلنے سے کچھ وقت پہلے کچھ ایسی صورت اختیار کر لیتی ہے جس کا

تعلق ستارہ ذرعل سے ہے +

جب سانس بائیں نتھنے سے دائیں نتھنے کی طرف جانا چاہتی ہے۔ تو

نفس متساویہ چلنے سے کچھ وقت پہلے کچھ ایسی صورت اختیار کر لیتی ہے جس کا

تعلق ستارہ زہرہ سے ہے +

جب طلوع شمس سے غروب شمس تک کے تمام وقت کا شمار گھنٹوں اور منٹوں

میں کیا جائے تو اس کے عین درمیان ہی وقت میں جرم سانس چلتی ہے اسے صفحہ

کبرے کہا جاتا ہے۔ اس کا تعلق برج سے ہے۔ جب قناریہ غروب ہو رہا ہو -

اتنی کی پہلی ساعت بعد اگیر شتری ہے سانس وقت کا نفس بھی شتری سے

تعلق رکھتا ہے +

ساعت شتری بعد اگیر ہے۔ ہر قسم کے کاموں کا اسی ساعت میں تدابیر

کریں ضرور سرانجام ہو گئے -

ساعت زہرہ - محبت کے کلیات کے لئے تیز ہدف ہے +

صفحہ کبرے کے پنجویں ساعت ہے اس وقت کوئی کام نہ کیجیے

ورنہ عمر بھر بچنا نا پڑیگا -

ساعت زحل میں اگر درد الی جگہ کو مس کیا جائے تو بیکہ کسی علاج

کے شفا ہوگی۔ یہ ستارہ زحل برج زہرہ صفحہ کبرے کا وقت ۲۴ - ۲۵ منٹ ہے -

تشریح انفاس

سانس کی رفتار کا قانون قطعی یہ ہے کہ قمری ماہ کی پہلی تاریخ کو آفتاب

نکلنے وقت ہمیشہ یا ماں انتھنا چلتا ہوگا یعنی قمری سُر ہوگا۔ یہ ایک ایسا

منضبط قانون ہے کہ اس میں کبھی اختلاف نہ ہوگا۔ تین دن برابر طلوع آفتاب

کے وقت قمری سُر چلے گا -

اگر دیرت لال میں مغالطہ ہو جائے کہ چاند ابھی طلوع نہ آیا ہے تو آپ

صبح سویرے طلوع آفتاب کے وقت سُر کا مطالعہ کریں اگر قمری سُر چل رہا ہے

تو قناریہ طلوع ہو چکا ہے، اگر دھندلا تھا تو شمس سُر چل رہا ہوگا تو جاز طلوع

نہیں ہوا۔ دیکھئے نقطہ کی بات! علم نفس میں کتنی بار کیا ہیں۔

تین دن طلوع آفتاب کے وقت قمری سر چلے گا تو ہر دو گھنٹہ کے بعد اپنے منقرہ تاؤن کے مطابق تبدیل ہوتا ہے گا۔ مگر طلوع آفتاب کے وقت منقرہ قمری سر ہی چلے گا۔ تین دن کے بعد ۴-۵-۶ تاریخ کو صبح طلوع آفتاب کے وقت شمسی سر چلے گا۔ اور تین دن کا یہ دور ہمیشہ ہمیشہ رہتا ہے + اس حساب سے قمری و شمسی تاریخیں حسب ذیل ہوں گی :-

قمری { ۱-۲-۳-۴-۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۵-۱۶-۱۷-۱۸-۱۹-۲۰-۲۱-۲۲-۲۳-۲۴-۲۵-۲۶-۲۷-۲۸-۲۹-۳۰ }
شمسی { ۱-۲-۳-۴-۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۵-۱۶-۱۷-۱۸-۱۹-۲۰-۲۱-۲۲-۲۳-۲۴-۲۵-۲۶-۲۷-۲۸-۲۹-۳۰ }

آپ ان تاریخوں کو یاد فرما کر درانہ طلوع آفتاب کے وقت نفس کی رفتار کا مطالعہ کر لیا کریں۔ اگر منقرہ تاریخوں کے مطابق سانس چل رہی ہے تو آپ ایک کامیاب دورے کر رہے ہیں۔ اور آپ کو کوئی روحانی یا جسمانی صدمہ کا خطرہ نہیں ہے۔ اور اگر اندازہ خواستہ منقرہ تاریخوں کے مطابق سانس نہیں چل رہی اور اس کی کوڑھ بدل چکی ہے تو سمجھ لو کہ زندگی میں ایک انقلاب آئے والا ہے۔ اور یہ انقلاب یقینی ہو گا۔ علم نفس کی سچائی دیکھنے کے لئے ایک آدھ مشاہدہ اور تجزیہ ضرور کریں۔ تاکہ یہ کہنے کی جرأت نہ ہے کہ حضور یتیم گم ہیں۔ اگرچہ یہ منقرہ تاریخیں تھیں۔ تاکہ یہ کہنے کی جرأت نہ ہے کہ حضور کوئی دل کلاز و اقتدار نہیں آئے۔ خواہ وہ اپنی نوعیت میں مختصر ہی کیوں نہ ہو کہ انقلاب ہو گا۔

مرد { ۱-۲-۳-۴-۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۵-۱۶-۱۷-۱۸-۱۹-۲۰-۲۱-۲۲-۲۳-۲۴-۲۵-۲۶-۲۷-۲۸-۲۹-۳۰ }

دوسرا آدمی غریب تھا اما ایک خزانہ مل گیا، امیر ہو گیا۔ دونوں انقلاب ہیں ایک انقلاب رو بہ منزل اور دوسرا رو بہ ترقی! یعنی ایک انقلاب چھائی سے برائی کی طرف اور دوسرا انقلاب برائی سے اچھائی کی طرف! اس قاعدہ کی تفصیل سنئے۔ غور فرمائیے۔ اگر دائیں سانس کی بجائے بائیں سانس چل رہا ہے یعنی تمام تعداد میں تنھے چلنے کا اور چل پڑا بائیں تنھا۔ تو یہ انقلاب رو بہ منزل ہے۔ یعنی اس انقلاب نفس سے نقصان جھگڑا۔ روحانی مفہور کا اندیشہ لائق ہے۔

اور اگر بائیں تنھے چلنے کا تمام تجاگر وایاں تنھنا چل گیا تو یہ انقلاب مفہور ترقی ہے۔ یعنی خوش دولت وغیرہ وغیرہ حاصل ہو گی۔ (نوٹ) تنھنا ایک بھدا اس لفظ ہے۔ آمیزہ دائیں کو شمسی سر اور بائیں کو قمری سر سے دکھایا گیا۔

شمسی سر نہ کرے۔ قمری سر نہ کرے۔ شمسی سر کی خصوصیت گرم ہے۔ قمری سر کی خصوصیت سرد ہے۔ قمری سر سرد مزاج ہے اور اسی وجہ سے عورتیں کامزاج سرد قرار دی گئی ہیں۔

اربعہ عناصر کی تفریق

جو اشیا میں کی طرف جاری ہو۔ وہ زیادہ سے زیادہ طول میں اسی شخص کے بارہ انگ کے برابر ہوگی۔ اس سانس کو عنصر خاک کی طرف منسوب کیا گیا ہے۔ اور اس کا رنگ زرد قرار دیا گیا ہے۔

اور جو سانس مستوی طریق پر جاری ہو اس کا طول انتہائی ود انگل ہوتا ہے اس کو آبی کہتے ہیں۔ اور رنگ اس کا سفید ہے۔

جو سانس بہت تیز چلے اور اس کی روانی کی لبانی چار انگل ہو۔ وہ
 آتش ہوگی اس ہ رنگ سرخ ہوگا۔
 اور جو سانس مہینے بے راہ ہو کر چھ اور اس کی انتہا سات انگل ہوگی
 اس کو بادی کہتے ہیں اور رنگ اس کا سبز ہے۔
 اگر سانس خالی اور آبی ص رہی ہو تو فطری نعمت خوشی نفع کی ادائیگی کی
 دلیل ہے آتش کا جاری نہاد دل شگ بیماری غم و اندوہ پیدا کرتی ہے۔
 بادی کی روانی کا مہوں کے شراب ہونے کا پتہ دیتی ہے۔

نفس کے اثرات

نیا چاند دیکھنے پر اگر صبح کے وقت قمری سر پہل رہا ہو تو پندرہ روز تک بے
 ٹکری زندگی گزارے۔ آپ کو خوشی رزق عزت کا میانی اور فتح حاصل رہے گی۔ اگر قمری
 سر پہل رہا ہو تو پندرہ دن تک تفکرات کا دور دورہ رہے گا۔
 اسی طرح پندرہ تاریخ کی صبح اگر قمری سر پہل رہا ہو تو خوشی کا میانی کی
 بین دلیل ہے قمری ص رہا ہو تو نقصان اور غم کی علامت ہے۔ بیک وقت ستر ہے،
 اس پر بحث و محیص کی ضرورت نہیں۔ تجربہ کر کے دیکھ لیجیے۔
 نفس متادیر غم و غم و غم کی لال۔ لڑائی سب سے متعلق ہے۔ دنیا میں جتنے
 غم و غم کے دوامات دیکھئے محض اس آئے ہیں یہ نفس متادیر کے وقت اثر پذیر ہوتے
 ہیں۔ اس نازک وقت میں غم و غم کا اظہار طبیعت میں جوش زیادہ پیدا کر دیتا ہے
 اور روت باں جار سہ کی حالت ہو جاتی ہے۔ اس لئے اس مہم کو خاص طور پر کوٹ
 کیجئے اور زیر نظر رکھیے کہ کوئی بات خلاف اخلاق پیدا کرنا آپ کے اختیار کی چیز ہے۔
 آپ جب محسوس فرمائیں کہ نفس متادیر میں کسی امر طبیعت میں جوش پیدا ہوا

چاہتا ہے۔ تو فوراً نفس کو تبدیل فرمائیجئے۔ تمنا و تہ تبدیل ہو کر راست قلبی محسوس
 ہوگی۔ آپ حیلان ہوں کہ نفس کی تبدیل جرمینی دارد؟ یہ سب کچھ آپ کے اپنے
 اختیار کی بات ہے۔ اگر آپ قمری سے قمری یا قمری سے قمری بنانا چاہیں۔ تو
 فوراً تبدیل ہو سکتی ہے۔ اس کے مختلف طریقے ہیں۔ موجب ترین طریقہ ہے کہ جو غم
 جاری کرنا مطلوب ہو۔ اس کے دوسرے پہلو کے بل لیٹ جائیے منہ بند کر کے
 سانس لیجئے۔ پانچ منٹ میں مطلوبہ سانس صلی جائیگی۔ اور اثرات تبدیل پیدا کیجئے۔
 اسی طرح اگر کسی دن سانس مخالفت صلی رہی ہے۔ اور خطرہ تکالیف سامنے
 ہے۔ تو فوراً دم تبدیل کر لیجئے۔ اس سے مصیبت میں کمی ضرور واقع ہو جاوے گی۔
 ایک مسئلہ امر ہے۔ لیکن یہ تو نہیں کہنا کہ تقدیر کا لکھا۔ سانس تبدیل کرنے سے تبدیل
 ہو جائے گا۔ مگر یہ بات بھی جائے مسخر نہیں ہے کہ ازلہ تکالیف نہ ہو تو کسی واقع
 پذیر ہو جائے گی۔ آپ کا مایہ پاد میں جان جہان اختیار ہے۔
 ۱۰۔ اگر کتبہ شہداء کو سانس بجائے شش پٹنے کے قمری صلی گیا۔
 ایک تجربہ بے حد فکر ہوئی۔ خدا تیر کرے۔ ۲۲۔ اگر کتبہ کو ایک معمولی سی
 بات پر ایک شخص سے لڑائی ہو گئی۔ جوش میں اگر اسے مجروح کر دیا گیا۔ حتیٰ کہ
 وہ سرنے کے قریب پہنچ گیا۔ کیس چلا۔ مگر میں نے قمری سر کو فوراً تبدیل کر کے
 شش کر لیا تھا۔ اس لئے دوستوں اور مہربانوں کی بسیار کوشش کے بعد آخر
 صلح ہو گئی اور کیس کا خطرہ مل گیا۔

ایک اور انکشاف

اگر مہر بجائے قمری پٹنے کے قمری صلی گیا ہے اور دگر قمری رنگ برابر جلتا رہا ہے
 تو اس شخص کی کوئی چیز غم ہو جائے گی۔ اگرچہ انقلاب نہزل بہتر تھی ہے مگر مہر ہے

فلک کا عنصر اس میں ضرور پایا جاتا ہے۔ مگر تین گھری چلے کسی دوست سے حد پہنچے گا۔ اگر گھری چلے تو اعتدال اترے گا۔ کوئی رنج ہوگا۔ پانچ گھری چلے اور بائیں کوٹ پر مریض کو سلا یا کریں۔ شمسی مرحل جانے پر ہر قسم کے امراض بیماریاں آئے گی۔ چھ گھری چلے شخص پر غالب آئے گا۔ اگر ایک شبانہ روز پہلے بارود کا ازالہ ہو جائے گا۔

اسی طرح گرمی کے موسم میں گرمی سر چلانے سے ٹھنڈک رہتی ہے شدید تو صحت قریب ہو۔

اسی طرح اگر دم شمسی کی بجائے قمری چل جائے مگر انقلاب ترقی تیز تر اسوہی میں شمسی سر چلاؤ۔ بدن گرم ہو جائے گا۔ ضرور ہے مگر اس منزل میں خوشی کوئی ضرور ملے گی۔ ابھی دلیل ہے راحت و خوش نصیبی رہے۔ جتنا زیادہ وقت یہ سانس چلے گی اتنی جیسی خوشی حاصل ہوگی (نوٹ) جس قدر اہم مصائب رنج خوف لڑائی جنگ و غیرہ وقوع پذیر ہوتے ہیں یہ تمام نفس متاوید اور نفس شمسی میں واقع ہوتے ہیں۔

اسی طرح اگر دم شمسی کی بجائے قمری چل جائے مگر انقلاب ترقی تیز تر اسوہی میں شمسی سر چلاؤ۔ بدن گرم ہو جائے گا۔ ضرور ہے مگر اس منزل میں خوشی کوئی ضرور ملے گی۔ ابھی دلیل ہے راحت و خوش نصیبی رہے۔ جتنا زیادہ وقت یہ سانس چلے گی اتنی جیسی خوشی حاصل ہوگی (نوٹ) جس قدر اہم مصائب رنج خوف لڑائی جنگ و غیرہ وقوع پذیر ہوتے ہیں یہ تمام نفس متاوید اور نفس شمسی میں واقع ہوتے ہیں۔

پیشی۔ کمزوری معدہ۔ گرانی و نقل معدہ کے مریض ہمیشہ سر میں کھانا کھایا کریں۔ اور کھانا کھا کر ہمیشہ داہنی کوٹ پر پانچ منٹ کے لئے میٹ جا یا کریں۔

نفس قمری متعلق ہے راحت خوشی دولت سے مگر نفس شمسی کی بجائے آتے مختصر ساعلی سے معدہ کی تکالیف رفع ہو جائیں گی۔ قمری چل جائے تو منزل ضرور ہوگی۔ اگر اس میں ساتھ ساتھ راحت بھی پائی جائے گی۔ دو گھنٹہ متواتر نفس متاوید چلے تو عنقریب موت واقع ہو جائے گی۔ نیز ستر پینا ہو یا پیشاب کرنا ہو تو قمری سر میں.... تو دائمی صحت کے حصول کے لئے لے وقت بھی نفس متاوید چلتا ہے۔

آپ ایک اصول قائم کر لیں کہ ہمیشہ کھانا نفسی سر میں کھایا کریں۔ اور اپنی ایک چیز کھانا ہو یا پیشاب کرنا ہو تو قمری سر میں.... تو دائمی صحت کے حصول کے لئے ایک مجرب الطوب نسخہ ہے۔ کبھی کوئی مریض نہ آئے گا۔

تب لرزہ آنے سے پہلے تحقیق کر لو۔ کہ کون سے سر میں آئے گا۔ دورہ آنے سے کچھ وقت پہلے اس سر کو بند کر دو۔ اسی روز دورہ متوقف ہو جائیگا۔ مجرب عمل ہے۔ بدن کی ٹھکاوٹ۔ اعصاب شکنی۔ غصہ۔ پیاس کی شدت وغیرہ امراض میں قمری سر چلاؤ۔ تسکین آجائے گی۔

ہر نیا کام قمری سر سے مضبوط ہے۔ آنت اترنے سے کچھ وقت پہلے قمری سر بند کر کے شمسی سر چلائیں۔ آنت نہ اترے گی۔

پیٹ میں درد۔ ہاتھ کی خرابی۔ ناف میں درد وغیرہ امراض میں شمسی سر چلائیں۔

بیماریوں کا علاج!

اگر کسی شخص کو حرارت ہو خواہ جس خط سے ہو۔ چونکہ حار امراض نفس شمسی سے تعلق رکھتے ہیں۔ اس لئے مریض کا نفس شمسی نہ چلنے دیں بلکہ داہنے سر میں روٹی لٹے دیں۔ اور مریض کو اکثر داہنی کوٹ پر لٹائے رکھیں۔ اس عمل سے کچھ وقت قمری سر چل کر مریض میں کمی آجائے گی۔ اور دو چار دن میں اچھا فائدہ فرق پڑ جائے گا۔ اسی طرح کی گرم بیماریاں مثلاً سوز و حار۔ بخار ہر قسم۔ شدت پیاس نفع جگر۔ دم ہر قسم کا علاج بنا دو کیا جا سکتا ہے۔

سوال کرنے والے کی سانس کی تحقیق فرمائیں۔ اگر سائل یا شہ شمسی چل رہا ہے تو لڑکا اگر قمری چل رہا ہے تو لڑکی پیدا ہوگی۔ اگر اس کے ساتھ ساتھ عاقل کا سر بھی شمسی چل رہا ہوگا۔ تو لڑکا انشاء اللہ ضرور پیدا ہوگا۔ اور عاقل اور معمول دونوں کے سانس قمری چل رہے ہونگے تو لڑکی پیدا ہوگی اور ضرور پیدا ہوگی۔

(۱۷) تجارت میں فائدہ ہے یا نقصان؟

اگر سائل کا سر قمری چلتا ہے۔ تو اس تجارت میں فائدہ ہوگا۔ شمسی میں فائدہ کی امید نہیں ہے۔ تصاویر میں نفع نقصان برابر۔

(۱۸) ہماری سہ صحت کب آئے گی؟

سائل کا سر شمسی چل رہا ہو تو صحت جلد آئے گی۔ اگر عاقل کا سر بھی شمسی ہوگا۔ تو بہت ہی جلد صحت آئے گی۔ اگر عاقل کا سر قمری اور سائل کا شمسی تو صحت بدیر آئے گی۔ اگر ہر دو کا قمری چل رہا ہو تو امید شفا نہیں ہے۔ نفس تصاویر ہو تو ہماری مہلک ہے۔

(۱۹) فتح شکست کس کو ہوگی؟

فیصلہ کے وقت جس کا سر شمسی چل رہا ہو اسے فتح اور قمری والے کو شکست ہوگی؟

(۲۰) خبر بھوٹی ہے یا سچی؟

اگر اس وقت سائل کا قمری سر جاری ہے تو سچ ہے اور شمسی سر ہے تو بھوٹی افواہ ہے۔

(۲۱) بچہ کی تعلیم ملازمت کا سوال

اگر اس وقت عنقریب ہو تو جواب دینا چاہیئے۔ جلد کامیابی ہوگی خاکا ہو تو دیر سے۔ ہوائی ہو تو بہت کھوڑی دیر کے بعد کام ہوگا۔ آتش ہی ہو۔ تو فائدہ

ذاتی تجربات

جب کبھی معدہ میں گرانی۔ بد ہضمی۔ متلی کی علامات پیدا ہوں۔ میں بہت شمسی سر چلا دیکر آتا ہوں۔ پانچ منٹ میں بغیر کسی دوا کے صحت آجاتی ہے۔ مگر کسی کے نہ کام میں قمری سر اور سردی کے نہ کام میں شمسی سر چلانے نہ کام درست ہو جاتا ہے۔

پایس کی شدت یا روزہ کی تلخی میں قمری سر چلا دینے سے تسکین آجاتی۔ میرا معمول ہے۔ جب انتہائی غصہ کی حالت طاری ہو۔ اپنے آپ سے باہر جاتا ہوں تو اس وقت یقینی سانس تصاویر یا شمسی ہو کر آتی ہے۔ قمری تبا کر دیتا ہوں۔ غصہ فرد ہو کر سکون آ جاتا ہے۔

اسہال کی صورت میں جس دم کر لیا کرتا ہوں۔ اسہال بند ہو جاتے ہیں جس دم کی پوری تفصیل آئندہ کے صفحات میں ملاحظہ فرمائیے۔

بخار کی حالت میں قمری سر چلانے سے سرد۔ متلی۔ پایس کی شدت۔ کم پڑ جاتی۔ شدت حرارت ختم ہو کر رہ جاتی ہے میں اسکا عادی ہوں۔ کب بھی تجربہ کر کے لیجئے۔ جب کسی بھی وجہ سے نیند نہ آئے۔ قمری سر چلا کر چاند کا تصور کرتا پانچ منٹ کے تصور ہی میں نیند آ جاتی ہے۔

ایک بار سردیوں میں مجھے سخت جاڑا لگا۔ بدن کپکپانے لگا۔ کم صورت آرام نہ آیا۔ بہتر شمسی سر جاری کر دیا۔ اور ۲-۲ منٹ جس دم کر لگا پندرہ میں منٹ کے بعد استقرار مگر محسوس ہونے لگی کہ تھکے پر لپٹا گیا۔

سوالوں کا جواب

(۱) حمل میں لڑکا ہے یا لڑکی؟

کی بجائے نقصان ہوگا۔

۸، بارش ہوگی یا نہیں؟

سائل یا عامل اپنے سانس پر غور کرنے۔ اگر سانس خالی یا آبی ہو، تو بارش ہوگی۔ بادی ہو تو بارش ہوگا۔ مگر بارش نہ ہوگی صرف اندھی آئے گی۔
انتہی ہو تو کچھ ترشح ہوگا۔

۹، گریختہ زندہ ہے یا مر گیا ہے؟

سائل کا سر قمری ہو تو گریختہ زندہ ہے شمس ہو تو مر گیا ہے یا بیمار ہے۔

۱۰، عام سوالوں کے جواب

عامل کسی کھلی بکری بیٹھے۔ جہاں آدمی آسانی سے آجاسکیں سوال کرنے والا اگر کھلے سر کی طرف سے آیا ہے کھلے سر کی طرف آکر بیٹھا ہے تو اس کا جواب اس کے حق میں ہے۔ اگر بند سر کی طرف سے آیا ہے یا بیٹھا ہے تو نتیجہ مخالف ہے مثلاً آپ کا داہنا سر چل رہا ہے۔ اور ایک شخص داہنی طرف سے ہی آیا اور داہنی طرف بیٹھا تو یہ اشارہ ہے کہ سائل اپنے مقصد میں ضرر کا سایہ ہوگا آپ اسے کامیابی کی بشارت دے دیں۔ اس میں شمس اور قمری کی بحث نہیں ہے۔ ہاں عامل اگر اپنے سر کے موافق اور سائل کی دفع اور دونوں کو مد نظر رکھ کر جواب دے تو سو فیصدی صحیح ہو سکتا ہے۔ باقی عالم الغیب والستہادۃ اشد کی پاک ذات ہے یا چاروہ مصوبین عظیم لکڑی کے مالک ہیں جہاں تک ایک علم کا تعلق ہے۔ اکثر ہر سوال کے حصول جواب کے لئے یہ طریقہ صد بار کا آزمودہ اور صحیح ہے۔

۱۱، دوسرا آزمودہ طریقہ

سائل کا سوال اور نام اور اس دن کا نام ہر سب کے حروف گنو۔

مثلاً سائل رجب سوال اولاد۔ روز شنبہ حروف ر ج ب اول د ش ب ن ب ہ کل حروف گیارہ ہوئے۔ اب اگر حروف طاق ہوں۔ اور آپ کا دعائے شمس صی ہل رہا ہے۔ کامیابی ہوگی۔ اگر حروف جفت ہوں اور سر قمری چل رہا ہے تو جی کامیابی ہے۔ اگر اس کے خلاف ہو یعنی حروف جفت ہوں اور شمس ہو یا حروف طاق ہوں اور سر قمری ہو تو ناکامیابی کی شرط لگاؤ یعنی متساویہ ہو تو کامیابی دیر سے ہوگی۔

۱۲، تیسرا آزمودہ طریقہ

اگر سائل سانس کے جاری ہونے کے وقت سوال کرے۔ تو جو کچھ سوال کیا ہے۔ خواہ وہ اچھا سوال ہے یا بُرا بلا تعلقت جواب دیجیے کہ کام ہو جائیگا اگر اس کے برعکس ہو تو جواب برعکس ہے۔

عجائبات سانس

قمری سر جاری ہو تو جو دہائی کھائی جائے اپنا پورا اثر دکھاتی ہے کشتی۔ جہاز۔ موٹر۔ گاڑی وغیرہ سواروں پر سوار ہونے وقت دیکھ لیجئے اگر نفس شمس جاری ہے تو غیرت سے منزل مقصود تک پہنچ جاؤ گے۔ قمری سر جاری ہونے پر خطرات اور حادثات کا الام ہے۔

مرد کا شمس سر اور عورت کا قمری سر جاری ہو تو..... ہفتہ وار استقرا رحل ہوگا۔ اور جبکہ خدا رکھ پید ہوگا۔ اگر نفوس کا تضاد ہو تو وہ آئیں بائیں کرڈٹ لیٹ کر تبدیل کر لیا کرڈ۔ مجرب عمل ہے۔ محبت کا ایک زندہ کارنامہ اور لذت کا مرتاج عمل ہے۔

صبح جاگو تو فور سے دیکھو کون سا سر جاری ہے۔ اسی جانب کے اتمہ کی مقبول

کو پوسہ دو۔ اور پوسہ دیتے وقت ایک لمبا سلس اس نچھنے سے لو۔ انشاء اللہ سارا دن خوش و خرم گزرے گا۔ اور کوئی غم نہ تکلیف وغیرہ پیش نہ آئیگی۔ اتنے معمولی سی عمل کی پرکیش انسان کو خوش حال بنا سکتی ہے۔ مجرب مل ہے۔ جلاویز و شک و شبہ شروع کر دیجئے۔

دشمن افر۔ اور جن شخص سے کوئی بات منوانا چاہو تو اسے اپنے بندہ سر کی طرف بھاؤ۔ یا اگر آپ کھڑے ہونے کی حالت میں ہیں تو بندہ سر کی طرف آئے رکھو۔ انشاء اللہ جو بات کہو گے مان جائیگا۔

اگر دن کو قمری سرد اور رات کو شمسی سرجاری رکھنے کی پرکیش جاری رکھیں تو زندگی و راز ہوگی۔ خوشی و مسرت و امن چومے گی۔ رنج و غم دور ہوں گے۔ اس عمل کو ہمیشہ کرنے والا زندگی بھر میں بڑھتا نہ ہوگا۔ پیٹھے۔ ہڈیاں۔ دل و دماغ جگہ مضبوط رہیگی۔ حرارت و مروت کا اس پر غلبہ نہ ہوگا۔ بال سیاہ رہیں گے۔ سفید بال سیاہ ہو جائیں گے۔ سانپ کی زہر کا اثر نہ ہوگا۔ بچھڑنگ لگانے سے فوراً مر جائیگا۔ اور اس کی زہر کا کوئی اثر نہ ہوگا۔

سانپ بھوک کی زہر کی تکلیف ہو قمری سرجاری کر دیجئے۔ زہر کا تریاق ہے تریاق مانے زیادہ ناغہ ہوگا۔ میرا ایک رفیق مارگر دہ برچہ ہندہ مل ہے۔ جس کے بہن جو سے خون جاری تھا۔ قمری سن جاری کرنا دوا دین گھنٹے گھنٹے کاغذ راند خون بند ہو گیا۔ بچہ گھنٹے میں ہوش آ گیا۔ خیرا دس گھنٹے میں تمام علامات کا فوراً مروت کا ملہ گئی۔ اس کو علیا بات نفس میں سب سے زیادہ مؤثر پایا ہے۔ فراموش نہ کیجئے گا۔

وقت بجا مسرت جس دم کیجئے۔ آپ کے اختیار میں ہے خواہ گھنٹوں چلے جائے۔ دیجئے نہ انیوں کو کین نہ مقوی باہ ادویہ اس کے مقابلہ میں آ سکتے ہیں۔ اور نہ کوئی عمل۔ عجیب مشق ہے۔

اگر نفس تبادر کے وقت استغفار عمل ہوگا۔ تو پیدا ہونے والا بچہ یا معقت ہوگا یا مشہور و معروف خفیہ ہوگا۔

محبوب کی طرف خط لکھنا ہو تو قمری سر کی حالت میں کھو تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد جس دم بھی کرتے جاؤ۔ غصہ پہنچے۔ محبت کا ایک ٹھونکا اس کے دل پر ضرور لگے گا۔ اگر سات شمسی مروت کے کان میں پہنچا دی جاوے کسی طریقہ سے، انشاء اللہ محبت کے واسطے اسے ثبات ہوں گی۔

جس دم یعنی پرانا نام

جس دم یعنی سانس کو کوٹنا۔ اس کی مشق کرنا زندگی کو بڑھاتا ہے جسم میں دد ران خون کو تیز کرتا ہے۔ اعضاء رکتہ و خصلت کو جان رکھتا ہے۔ سوز و حرارت کو تیز رکھتا ہے۔ بال سیاہ رہتے ہیں۔ نظر تمام عمر درست رہتی ہے۔ دانت مضبوط رہتے ہیں۔ سر سید پیٹ کی بیماریوں کا واحد علاج ہے۔

گرمیوں کا موسم ہو تو قمری سر کی حالت میں جانب مغرب مہر کر کے پانچ مار کر بیٹھا جائیے۔ سردیوں کا موسم ہو تو شمسی سر کی حالت میں جانب مشرق آٹھ مار کی حالت میں بیٹھا مانا سب ہے۔ تمام تفکلات فراموش کر دیجئے۔ پورے سکون قلب کی حالت میں متعین نام کا ورد کرتے ہوئے سانس کو حتی الوسع روکنے کی کوشش کیے۔ ہاں بدن سیدھا رکھیں۔ جسم پر سخت و چست کپڑا نہ ہو کوئی شور و غل کوئی امر مانع خامشی نہ ہو۔ کوشش کیجئے زیادہ سے زیادہ دقت سانس کو روک رکھیں۔ سانس آہستہ آہستہ اندر کی طرف کھینچئے۔ اور پھیپھڑے پوری طور پر اکسجن سے بھر لیجئے۔ پھر سانس روک لیجئے۔ اور زیادہ سے زیادہ اعتدال وقت روک سکتے ہیں روک رکھیں۔ پھر آہستہ آہستہ

سانس خارج کر کے تھوڑی دیر کو نر اختیار کرتے ہوئے دوبارہ سہ مارہ جس دم کی مشق جاری رکھیں۔ تھوڑے دنوں کی مشق سے آپ وقت بڑھاتے چلے جائیں ایسا لطف اور سکون آئے گا کہ آپ کی ضمیر پر بات پر آمادہ ہوگی کہ سانس لیا ہی نہ جائے۔

جب سن م سکون قلب کی انتہائی منزل ہے جس میں سوائے عشق الہی کے اور کوئی خیال کوئی چیز دخل نہیں پاسکتی۔ آپ کو دن بدن زیادہ سے زیادہ لذت حاصل ہوگی۔ اور مشق بڑھاتے بڑھاتے آپ نصف گھنٹہ یا اس سے زیادہ وقت بھی جس دم جاری رکھ سکیں گے۔ مین فو سب سہ ماہی میں یہ مشق جاری کی۔ ایک مہینہ کی مشق میں بارہ منٹ تک جس دم کر سکتا تھا۔ گو اب چھوڑ دی سے مگر انسانی طاقت سے باہر ہے کہ دو منٹ تک بھی سانس روک لے۔ بارہ منٹ تک سانس روک لینا تو بہت بڑا فردی کام ہے۔

اس مشق کے ساتھ ساتھ آپ لفظ اذکار دل پر تصور کر کے اسی اہم اعظم کا درو دل میں جاری رکھیں تو چند دنوں کے بعد فور کی تجلیات آپ کے دل میں سرخیز ہونا شروع ہوں گی۔ گناہوں سے نفرت اور نیک کاموں سے محبت پیدا ہوگی بڑائی جھوٹ گناہ سے پاک صاف ہو کر انسان نیک ہو جائیگا۔

سانس کی دیگر قسمیں

حب کیئے :- سات روز صبح کے وقت جب کہ دم قمری جاری ہو سات گھونٹ پانی اس وقت پیئے جب کہ سانس اندر جاری ہو۔ یعنی جب سانس اندر کھینچا جائے اسی وقت ایک ایک گھونٹ کر کے پی لے۔ یا ایک دم پی لے۔ اور شوق کا لظہ در کھے کہ ہر گھونٹ کے ساتھ وہ اندر جاری رہے۔ اس عمل سے محبوب کو

بیکری میل کے تسخیر کیا باسکتا ہے۔

مترابی کے لئے :- جس وقت دشمنی جاری ہو تو بھلے گتے کے ہاتھ سے تھوڑا سا خون لے لے۔ اور کونے کے پر کے اوپر سیدھی ضرب چار مہرہ۔ حتیٰ طرف تین مرتبہ دشمن کا نام لکھ کر چھوڑے وہ شخص تباہ و برباد ہو جائیگا۔ زہ پکڑا جائے اور زندہ کے پر پر لکھا جائے۔ اور زندہ ہی کو مار دیا جائے۔

عجیب و غریب عمل :- ہر وقت یہ خیال رہے کہ سانس کو نہایت مستحکم ہے۔ یعنی کہ چھوڑا جائے اور ہر وقت اس عمل میں مشغول رہے۔ چھ مہینے کی مشق کے بعد نیند جاتی رہے گی۔ اور اگر نیند آئے گی ہی، تب بھی اس میں برداری کی مصفت باقی رہے گی۔ یعنی سوئے میں بھی ہر بات کو سمجھے گا۔ اور جو کچھ سنے گا۔ اس کو یاد رہے گا۔ اس کی طبیعت عرض ہو اسے نفرت کر لے لگے گی۔ باوجود نیند نہ آنے کے طبیعت کو تحمل ملوم نہ ہوگی بلکہ ہلکی چٹکی سے گی۔ میں نے ۱۹۵۵ء کے وسط میں اس مشق کو جاری کیا۔ دو ماہ مشق سے ہی نیند کا نور ہونے لگی۔ مگر طبیعت میں راحت و خوشی زیادہ محسوس ہونے لگی۔ البتہ دنیاوی کار بار میں مشق کو طول نہ رکھا۔ مگر طبیعت میں اب تک اس مشق کے اثرات ابداً موجود ہیں +

امراض ربیہ بصر سر ناک حلق کا نادر عمل

کچے سوت کے ایک تین تھک کا تالا گاٹیں۔ طول میں فٹ کے برابر ہو۔ پھر اس پر ذرا سا موم گرم کر کے مل دیں۔ تالا کا ماسخت ہو جائے۔

صبح کے وقت منہ کا تھوڑا سا صاف کر کے صاف کریں اور داغے نہ تھنے سے دھاگا اندر ڈالیں۔ جب وہ منہ تک پہنچ جائے دو چار لمحہ صبر کر کے آہستہ آہستہ نکال لیں۔ پھر بائیں نکتے میں اسی طرح ڈالیں اور نکالیں۔ گو پہلے چند

دن سخت ہے جینی ہوگی پھینکیں آئیں گی۔ زکام ازہیکا۔ طبیعت خراب ہوگی۔ مگر روزانہ کی مشق سے طبیعت بروقت کر جائے گی۔ روزانہ مشق جاری رکھیں۔ یہ مشق کم از کم ایک سال تک جاری رکھیں۔ میرا حکم عقیدہ ہے کہ سہل و دق کے تیسرے درجہ میں بھی یہ مشق صحت بخش اثرات پیدا کر دے گی پھیپھڑوں کے ذخیم اسپنڈر آہستہ مندمل ہونا شروع ہو جائیں گے۔ اور بالآخر پوری صحت آ جائے گی۔ اس کے علاوہ ضعیف بصلت۔ کان کے امراض۔ سق کی جلد امراض سر کی جلد امراض۔ نزلہ۔ زکام دائمی۔ کھانسی۔ وغیرہ امراض کا ایک سو فی صدی مجرب الحوب موثر عمل ہے۔ میرا آزمودہ ہے۔ اس کے مشاق کو مونتیا بعد نہیں ہوتا۔ بغیر کسی سرمہ کے تمام عمر بصارت قائم رہتی ہے۔ مجھے کچھ عرصہ گئے سے خون اتار رہا۔ عدا علاج کئے۔ علم النفس کی کتاب میں اس مشق پر نظر پڑی۔ مشق جاری کر دی۔ چند دن سخت کراہت اور تنگی میں گزری۔ بالآخر طبیعت سنبھل گئی۔ اور متواتر ڈیڑھ مہینہ مشق جاری رکھنے پر آج تک خون نہیں آیا۔ کھانسی نہ ہوئی۔ نزلہ نہ آتا۔ دن رات پڑھنے لکھنے کا کام سنبھلے۔ مطالعہ میری روحانی غذا ہے۔ ہزاروں کتابوں کا مطالعہ کیا۔ مگر اب تک بصارت میں فرق معلوم نہیں ہوتا۔ گو ابھی جوان ہوں۔ اور قومی تندرست اور بحال ہیں۔ تیس سببیں سال کی عمر ہے۔ مگر تعلیم و مطالعہ کی کثرت اور تفکرات کا اثر نظر پر نہیں پڑا۔ اور دستور ماشا اللہ قائم ہے۔ اور یہ سب کچھ ایسی مشق کے طفیل ہے۔ آپ کو بھی دعوت عام ہے شوق سے روزانہ دو دو منٹ مشق فرمادیں۔ معمولی سا کام ہے۔ اور فائدہ بے حد ہے۔

صلو علیہ عام ہے یوان نکتہ داں کیسے

خون کی صفائی کا مجرب عمل

جب عمل غلط ہو جائے۔ پھوڑے پھیپھڑاں غارش و دھوا وغیرہ سے تکلیف ہو۔ تو روزانہ صبح شام اس مشق کو صرف دس بار دن کرلو۔ بہترین قسم کے سار سپرے اور خون صفا دواؤں سے ہزار بار درجہ بہتر ہے۔ چند دنوں کے بعد اس کو دھ اور جھڑم تک مریضوں کو ٹھیک کر دیگی۔ کو دھ اور برس کے مریض اس عمل سے یقیناً صحت پاسکتے ہیں۔ بلا ٹھیکے مشق شروع فرمادیں اور دامن مراد ہر لیجئے۔ عمل کی ترکیب یہ ہے۔ کہ کسی کھلی جگہ یا ادھی جگہ پر کھڑے ہو کر اپنی زبان کی نوک اوپر کے دانتوں کی جڑیں دبا دو۔ اور منہ بند کر کے تھنوں سے خوب لمبی سانس لو۔ جس قدر ممکن ہو سکے جس دم کریں۔ اب زبان کی نوک اوپر کے دانتوں کی جڑ سے اٹھا کر پیچھے کے دانتوں کی جڑ میں دبا دو۔ اور خوب تیزی کے ساتھ لمبی سانس باہر نکالو۔ یہ عمل دس پندرہ روز صبح شام روزانہ کر دو۔ مجرب ترین عمل ہے۔ دقتیں آدھیوں سے عمل کر دیا چکا ہوں۔ اور تجربہ کر چکا ہوں۔ اس کے فوائد میں شک و شبہ کی گواہش نہیں ہے۔

عجیب ترین عمل

صبح سویرے طلوع آفتاب کے وقت کسی ادھی جگہ پر کھڑے ہو کر مشق کی طرف منہ کر کے گہری اور لمبی سانس پیرٹ میں بھریں۔ بعد ازاں منہ بند کر کے ناک کے راستہ ہوا خارج کر دیں۔ بہتر ہے کہ سانس شمسی اس وقت جاری ہو۔ اگر قمری سانس ہو تب بھی نقص تو نہیں ہے۔ تاہم زیادہ فائدہ شمسی میں رہیگا ہاں جس وقت سانس باہر ناک کے راستے خارج کریں۔ اس وقت پیٹ کر

بشت کی طرف کھینچیں۔ حتیٰ کہ پیٹ نیچے چلا جائے۔

کم از کم دس بار روزانہ یہ مشق کریں۔ اس مشق کے فوائد بے شمار ہیں۔ بھوک خوب لگتی ہے۔ چہرے کا رنگ نکھرنا ہے۔ خون صاف ہوتا ہے۔ اور دورانِ خون تیز ہو جاتا ہے۔ دل و دماغ کو تقویت حاصل ہوتی ہے۔ حافظہ تیز ہو جاتا ہے۔ دائمی سردی و دائمی نزلہ کام کھانسی، تپتی۔ امراض ریو کیلے کیر سے کم نہیں ہے۔ قبض دور ہوتا ہے۔ آنکھوں کو خوش آتی ہے۔ غرضیکہ جمیع فوائد کی حامل مشق ہے۔ بے شمار امراض معدہ و ریتہ کے لئے واعد علاج ہے +

ایک راز کا انکشاف

ہمارے خاندان سادات گیلانی کے معزز ترین فرد جناب قبلہ پیر سید محمد رضا شاہ صاحب گیلانی مرحوم مدفوعہ راعی القدر تمام ملتان کے سرکردہ افراد میں شمار کئے جاتے ہیں۔ ان کا علم و عمل و کردار و مقام ان کے چہرے میں عکس ہوتے رہے۔ اسمبلی کے ممبر رہے۔ غرضیکہ دینی دنیاوی لحاظ سے بہت بڑے آدمی تھے۔ ایک عجیب بات ان میں دیکھی گئی کہ روکتے جاؤں میں بل کی ٹیمیں زیب تن فرماتے تھے اور سحر کی دقت ٹھنڈے پانی سے غسل فرماتے تھے۔ لوگوں میں گمان تھا کہ حضرت صاحب سکھیا کھانے میں بیٹے نہیں پیچھے ہیں اسی حالت میں چند بار دیکھا اس دقت جرات عجیب سی معلوم ہوتی تھی۔ مگر اب معلوم ہوا کہ وہ علم انفس کے ماہر تھے۔ اور اس ذیل کی مشق کے عادی تھے۔ اس لئے انہیں سردی نہ لگتی تھی۔ بلکہ سردی ان کے جسم پر اثر انداز نہ ہو سکتی تھی۔

میرے عمل چھانچا۔ ترکیب مکمل تھی۔ بہر صورت مکمل ترکیب اپنے ذہن سے نکالی۔ اس پر چند دن عمل کیا۔ اس امر کی تصدیق ہو گئی کہ فی الواقعہ مخدوم صاحب سکھیا کھاتے

تھے بلکہ اسی عمل کے حامل تھے۔ سنئے اگر کھینچو تو کر رہی دیکھئے۔

مرد و عورت دونوں کے قبل تقریباً ایک گھنٹہ جلالت ضروری سے فارغ ہو کر نماز ادا کیجئے۔ پھر جانب مشرق منہ کر کے آنکھیں بند کر دیجئے۔ نفس نفسی جاری کیجئے۔ باقی مار کر ٹھیکہ جائیے۔ تصور کریجئے کہ سورج طلوع ہو رہا ہے۔ صرف تصور ہی کریں۔ دھلا کر سورج طلوع ہونے میں دیر ہو۔ اتنا واضح تصور کریں کہ آپ کو سچا معلوم ہونے لگے کہ سورج طلوع ہو رہا ہے۔ کم از کم نصف گھنٹہ تک یہ مشق تصور جاری رکھیں۔ اور نفس نفسی جاری ہو۔ سانس آہستہ آہستہ لیں۔ اور آہستہ آہستہ خارج کریں۔ اگر کچھ دقت جس میں دم کر سکیں تو زیادہ بہتر ہے۔

کم از کم ایکس دن اور زیادہ سے زیادہ اتنا ایس دن مشق جاری رکھیں۔ اسی دوران میں ہی بدن میں بے حد گرمی پیدا ہونے لگے گی۔ مگر چالیس الٹالیس دنوں کی مشق کے بعد آپ روزانہ کی مشق چھوڑ دیں۔ درنہ اتنی گرمی پیدا ہو جائے گی کہ دلوائی کا خطرہ ہے۔ مہینہ دار ایک بار مشق رکھتے ہوئے اس عمل کو قابو میں رکھا جاسکتا ہے۔

چہرے میں سرخی۔ آنکھوں میں رعب۔ بدن میں حرارت پیدا ہو جائیگی۔ آپ کو لگتی سردیوں میں ننگے بدن بھی سردی محسوس نہ کریں گے۔ بلکہ بدن پسینہ سے شرابور نظر آئیگا۔ گرمیوں کے موسم میں مزاجی اصلاح کرنا۔ یعنی سردی و دغیر روزانہ دنیا لازمی اور ضروری ہے۔ درنہ اخلاط میں اختراق پیدا ہو جائیگا۔ اس مشق سے آنکھوں میں اس قدر رعب پیدا ہو جاتا ہے کہ آنکھ سے آنکھ نہیں ملائی جاسکتی۔ عامل کی آنکھ میں غصہ کی پیمک اٹھتی ہے۔ جس کی دیکھنے والے میں تاب نہیں ہوتی ہیں۔ اس عمل کی چند دن مشق کی مگر افسوس کہ ہر عمل کو ادھورا چھوڑ دینے کا عادی ہوں اس عمل کو بھی نکلیں دئے مکا۔ البتہ اس تھوڑے سے عرصہ کی مشق یہ سبق دے گی،

کہ آئند چند دنوں میں کپڑے آمارے بغیر گزارہ نہ ہوگا۔

حبِ تسخیر کا بے پناہ عمل

جب سانس قمری سے تبدیل ہو کر شمسی سر میں آنا چاہتی ہے۔ تو نفس قسادیہ چلنے سے ایک گھنٹہ یعنی ۲۴ منٹ قبل ساعت زہر لگتی ہے۔ بس اس وقت اور عین اسی وقت کو سمجھیں۔ نگاہ منہ رکھیں اور جانب مغرب منہ کر کے پستی پا کر بیٹھ جائیں اور جس کو تسخیر کرنا ہو۔ اس کا تصور کریں۔ اتنا پختہ تصور کہ سمجھ جائے کہ وہ سامنے ہے سانس قمری اندر کھینچیں۔ اور تصور یہ رہے کہ مطلوب سانس کے راستے اندر کھینچ کر قلب میں پہنچے۔ ایک ساعت پورا عمل کریں۔ جب سانس قسادیہ چلنے لگے تو عمل بند کر دیں۔ انسانی طاقت سے باہر سے کہ وہ اس عمل سے بچ سکے۔ ذی جان تو ذی جان رہا۔ بے جان تک کچھ کر جائیں گے۔ معمولی بات سمجھ کر تسخیر نہ کرنا۔ یہ ایک بے پناہ عمل ہے جس سے مطلوب مشائخ ہوئے بغیر قطعا نہیں رہ سکتا۔ البتہ جائز امور پر برتے۔ ناجائز امور پر عمل کرنے سے دالالہی مزا اور جہنم کا خود دربار ہوگا۔ ہم نیک بر حضور کو سمجھا دیتے ہیں۔

(خوف) کم از کم تین دن یہ عمل کرنا ضروری ہے۔

ترک خواہشات!

آپ کسی بری عادت سے پیچھا چھڑانا چاہتے ہیں۔ کوئی بھی بری عادت ہو۔ ذہن بھنگ چرس۔ خراب حق۔ گناہ وغیرہ۔ کوئی بھی بری عادت کا آپ ارادہ چاہتے ہیں اور دل سے ترک کرنے کا نتیجہ دیکھتے ہیں تو اُسے اس عمل کی مشق کیجئے۔ آپ محسوس کریں گے کہ آپ کے اندر اس عادت کے خلاف ایک آواز پیدا ہو چکی ہے اور

آپ کی ضمیر اس عادت سے نفرت کر چکی ہے۔ آپ خواہ مخواہ اس عادت کو ترک کر دیئے۔ رجحان ہو جائیں گے۔ اور آپ کا نفس اس عادت کے خلاف جہاد آمادہ ہو چکا ہوگا۔ سنئے اور مورد سے ترکیب کا ملاحظہ فرمائیے کہ

کوئی وقت ہو جب خواہشات کا جذبہ موزن ہو جائے۔ آپ اس وقت اپنے پیچھے پرانگی رکھ کر بائیں نچھنے سے سانس اندر سے کشید کریں۔ اور بائیں نچھنے پر ہاتھ رکھ کر دائیں نچھنے کے راستے خوب زور سے باہر نکال دیں۔ کم از کم دس بارہ بار یہ عمل کریں۔ اتنی تھوڑی سی بات پر آپ ہر قسم کی عادت کو ترک کر سکتے ہیں جس وقت خواہش اُٹھائے یہ عمل کریں۔ خوراک طبیعت خلاف ہو جائیگی۔

نفس شباب

ایک مفسر سلائی چاندی کی بنوائیں۔ رات کے وقت تنہائی کے عالم میں چلیں میں دے دیا کریں جتنا وقت طبیعت برداشت کرے اور وقتنا اندر سے سکین اتنا فائدہ مند ہے۔ ہر روز مشق پڑھاتے جائیں۔ حتیٰ کہ سیون تک سلائی پہنچ جائے۔ مگر سلائی داخل کرنے سے پیشتر اسے سڑ لائیں نہ کرنا ضروری ہے۔ کاٹھی روشن سے اچھی طرح دھو لیں۔ اس طرح پٹھیا کریں جس طرح شباب کرتے وقت پٹھیا کرتے ہیں۔ جب ایک ہفتہ عشرہ میں سلائی پانچ چھ انگشت تک اندر جا سکے تب ایک خولدار سلائی بنوائیں۔ اور یہ خولدار سلائی اندر داخل کر کے بدستور مشق جاری رکھیں۔ اب یہ کوشش کریں کہ اس خولدار سلائی کے ذریعہ سے پانی اوپر صاف کریں یعنی صاف پانی کا ایک پیالہ بھر کر سلائی کا ایک سرا اندر داخل کر دیں، اور دوسرا پیالہ میں ڈبو دیں اور جس دم کریں۔ چند دنوں کی مشق سے پانی اندر کچھ آتا کرے گا۔ اور مزید مشق جاری رکھتے ہوئے آپ اسی طریقہ سے باڈ پاؤ بھر

دودھ اور شہد ہر گھنٹہ کیلئے سکیں گے۔ اس دوران مشق میں باوام ششکاش کی چوائی
 نہ نہ مینا لازمی ہے۔ مجامعت سے پرہیز اور گرم دوش چیزیں کھانا منع ہے۔
 اس ششک سے انزال آپ کے اختیار کی بات ہے۔ طبیعت اس پر قابو
 پا جاتی ہے۔ اور انزال ہوتا ہی نہیں۔ یہ عمل میرزا محبت نہیں ہے۔ اور نہ ہی
 میرے کسی دوست کا تجربہ شدہ ہے۔ البتہ علم النفس کی کتب میں اکثر اس عمل
 کا ذکر ہوا ہے بلکہ یہاں تک مرقوم ہے کہ سہند یوگی اس عمل کے ذریعہ پارہ اند
 کھینچ سکتے تھے۔ اور اپنے آپ پر پورا قابو ہوتا تھا۔

حکیموں کیلئے خاص نکتہ

مریض کو دیکھتے وقت حکیم کا قمیص سر جاری ہونا چاہیے۔ قمری سر جاری ہو
 تو تبدیل کرے۔ نسخہ دیکھتے وقت شمس سر ہونا ضروری ہے۔ مریض کو دوائی اس
 وقت دیں جب اس کا بیان تھا (قمری سر) جاری ہو۔ پھر دیکھئے نسخہ کس
 طرح اثر کرتا ہے۔ میری شفا دستی کی دھوم مچی ہوئی ہے۔ محض اس طریقہ پر
 کاربند ہوں۔ اور میرا یقین کامل ہے کہ اسی عمل نفسی کا کرشمہ ہے۔ کوئی
 ظاہر کر دیا ہے۔ آزمائے جس کا جی چاہے۔

عام حضرات کیلئے نکات

جوا ششک محبت و نفس کے تعویذات کا کام کرتے ہیں یا جنہیں عام تعویذات
 سے تعلق ہوتا ہے۔ ان کے لئے قمری سر جاری ہے کہ جب کے لئے قمری سر یا ساعت
 نہ ہو تو تعویذ لکھے۔ اور نفس دیرہ کے لئے شمس سر یا ساعت میں نقش تحریر کرے۔
 اگر لڑائی جھگڑا ہو یا کرنا ہو، تو ساعت زحل میں تعویذ لکھے۔ اور اگر مرتبہ

سے گرنا مقصود ہے تو ساعت مریخ میں لکھے۔ اور جب سخت ایسے سہات نہتی
 نیک ساعت ہے۔ علم النفس کی تشریح کے ماتحت ان اوقات کے متعلق
 وضاحت سے بیان کر چکا ہوں۔ وہاں سے دیکھ کر سمجھ لیں۔
 نفس کا تعلق اتوار سے ہے۔ قمری سر کا تعلق سوار سے ہے۔ زہرہ
 جمعہ سے منسوب ہے۔ عطارد۔ بدھوار۔ زحل۔ مریخ منگلور مریخی
 جمعرات سے تعلق رکھتا ہے۔ ان ساعات اور آیام کا لحاظ رکھتے ہوئے تعویذ
 لکھئے۔ تعویذات سونی عہدی کامیاب ہوں گے۔

ایک ماورہ روزگار عمل

یہ عمل ہندوستان کے مشہور ماہر علوم فلکیات جناب شفق رام پوری کا جو
 عمل ہے۔ حجب کے لئے اس سے بہتر عمل مرنے زمین پر نہ دیکھا جاتا ہوگا۔
 لاکھوں میں سے انتخاب ہے۔ دنیا میں ایک معجزہ سے کم نہیں ہے۔ جسے علم
 النفس کے ماہرین نے عجیب طرح سے ترتیب دیا ہے۔ ان کے فوئد پر شک
 کرنا کفرانِ نعمت سے کم نہیں ہے۔ میں نے دوستوں کو پوری طرح سمجھا کر
 دس بارہ جگہ قمری کر کے دیکھ لیا ہے کہ کسیر ہے تو یہ ہے جادو ہے تو یہ ہے
 عمل ہے تو یہ ہے۔ سادہ اگر عمل میں اثر ہے تو اسی میں ہے۔ اب ترتیب و
 ترتیب ملاحظہ فرمائیے۔

عائن کی عام تقسیم تین ہیں قمیسی۔ قمری اور مصادیہ۔

اعداد کی تین تقسیم ہیں۔ ایک ایسے اعداد جن کا نصف آسانی سے ہوتا
 چلا جائے۔ مثلاً ۱۶ نصف ۸ نصف ۴ نصف ۲ نصف ۱۔ مثلاً ۲۰
 نصف ۱۲ نصف ۶ نصف ۳۔ ایسے اعداد جن کا نصف دو تین بار، یا

زیادہ بار آسانی سے ہوتا چلا جائے یہ اعداد قمری ہیں۔ دوسری قسم ہے ایسے اعداد کی جن کا نصف ایک بار ہو سکے اور اس کے بعد پھر اس کا نصف نہ ہو سکے مثلاً دس نصف پانچ۔ چودہ نصف سات۔ یہ اعداد قمری کہلاتے ہیں۔

تیسری قسم ہے۔ ان اعداد کی جن کا نصف نہ ہو سکے۔ مثلاً ۵-۷-۹-۱۱-۱۳۔ وغیرہ وغیرہ یہ اعداد قمری کہلاتے ہیں۔

اب آپ نے جس کو تسبیح کرنا ہو اس کے نام کے اعداد اور اپنے نام کے اعداد بحساب ابجد قمری اس وقت جمع کریں جب کہ آپ کی تسبیح قمری جاری ہو۔ ان اعداد کا استنتاج کریں۔ استنتاج کتنے ہیں اعداد کو جمع کرنا۔

مثلاً مجموعہ اعداد اسم لئے ۱۱۲۱ آیا ہے تو اس کا استنتاج اس طرح ہوگا۔ $۱+۲+۱+۲=۵$ یا $۳+۴+۹=۱۶$ یا $۸+۸+۸+۸=۳۲$ ہوگا۔

اب ۵ عدد تصاویر ہے۔ کیونکہ اس کا نصف نہیں ہو سکتا۔ ۱۶ کا عدد شمسی ہے کیونکہ اس کا ایک بار نصف ۱۳ ہو سکتا ہے۔ اس کے بعد نہیں ہو سکتا۔

اور ۳۲ کا عدد قمری ہے اس کا نصف تا آخر تک ہوتا چلا جائیگا۔ یعنی ۳۲-۱۶-۸-۴-۲-۱ وغیرہ ابجد قمری یہ ہے۔

اب ج د و ز ح ط ی ک ل م ن
۵۰ ۴۰ ۳۰ ۲۰ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱

س ع ف ص ق ر ش ت ث خ ذ ض ظ ع
۱۰۰ ۹۰ ۸۰ ۷۰ ۶۰ ۵۰ ۴۰ ۳۰ ۲۰ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱

اب دیکھئے طالب و مطلوب کے اعداد بحساب ابجد قمری اس کے ہیں تو مطلوب متناظر کسی شخص سے کچھ ملے گا۔ اور تو ت عمل اس کو ایک ہفتہ سے بھی کم مدت میں کھینچ لے گی۔ اور اگر قمری آئے تو کوشش نہ کریں۔ اگر مل جذب ہی کر لیگا۔ تو مطلوب کا اپنا مشکل ترین امر ہے۔ بہر حال عمل بیکار ثابت نہ ہوگا۔ عمل اپنا اثر ضرور کر لیگا۔ اگر تصاویر اعداد آئے ہیں تب بھی قمری کی طرح کچھ آئیگا۔ قمری شمسی اور تصاویر ذخیرہ کی مدت عمل میں تفاوت ہے۔ یعنی قمری عمل ایک ہفتہ سے زیادہ نہیں پڑھنا پڑتا۔ شمسی کی مبیعات میں ہفتے اور تصاویر کی مبیعات مہینے ہیں۔

یاد رکھئے کہ قابل امر یہ ہے کہ دونوں ناموں کے اعداد جمع والدہ کے لئے جائیں یعنی طالب مع والدہ اور مطلوب مع والدہ کے اعداد حساب ابجد قمری لئے جائیں۔ اب ان اعداد کے مطابق سورۃ یوسف کی کوئی آیت تلاش کریں جس کے اعداد اتنے ہی ہوں جتنے طالب و مطلوب مع والدہ کے اعداد ہیں۔

سورۃ یوسف کی ایک آیت کوشش کریں۔ اتنے اعداد دہائی مل جائے۔ بہتر ہے کہ آیت ایسی لی جائے جس کا معنی صحیح ہو سکے اگر با معنی عبارت اور فقرہ نہ آ سکے تو بہر صورت ایسی آیت اور فقرہ تلاش کریں جو ہمہ ضرور ہو۔ اب رات کے وقت جب کہ بالکل خلوت ہو کوئی خیال مانع نہ ہو۔ کوئی فکر نہ ہو۔ بعد از نماز عشاء عمل شروع کریں۔

اگر اعداد قمری تھے تو شمسی پہنچتی مار کر بیٹھ جاویں۔ جانب مغرب منگیں تصاویر ہوں تب بھی اسی طرح چلیں۔ اگر اعداد شمسی ہوں تو جانب مشرق منہ کر کے

دردافہ ہو کر بیٹھیں اور جس دم کریں۔ جس دم کی حالت میں آیت مذکورہ پر اعداد کے مطابق اخراج کی ہے پڑھیں جتنی دیر سانس روک سکیں اور جتنی بار پڑھ سکیں۔ کوئی حد بندی نہیں ہے۔ اور اسی طرح کم از کم ۳۲ بار جس دم کریں۔ اور آیت پڑھیں۔ آٹھ، سولہ یا جو جس دنوں ہی میں دہ کچھ حاصل ہو جائے گا۔ جس کے حاصل کرنے کے لئے آپ بے چین ہوں گے۔ ہاتھ لگن کو آدھی کیلے آدھا کر دیکھ لیجیے۔ سورج مشرق کی بجائے مغرب سے طلوع ہو سکتا ہے۔ مگر اس عمل کا افریقینی ہے۔

ایسا عجیب الجوب عمل آپ کو چراغ لیکر جھونڈنے سے بھی نہیں مل سکتا۔ (نوٹ) جس صاحب کو کتاب ہذا میں سے کسی بات کی پوری سمجھ نہ آئے وہ مجھ سے بذریعہ خط و کتابت پوچھ سکتے ہیں۔
شے اور خطا کا پتہ یہ ہے:

شاد گیلانی۔ شو کوٹ شہر

ختم شد

طابعین: ملک سراج الدین اینڈ ستر، کشمیری بازار، لاہور (۸)
مطبع: سراج محمدی پریس ۴۳ سرکلر روڈ لاہور (۷)

صنعتی محنت مشوں کا دور

کتابوں کی مدد سے بہ مند بن جائیے
اور کامیاب زندگی گزاریے

بہترین روزگار | قلیل عرصہ سے ملک التجار بنیادی
کتاب یہ طور پر بیوں مفلس ناداروں اور غم زدوں
والوں کے لئے اور غائب
بہترین روزگاریاں | ایک ماہر فن اور استاد کا گزری
بنانے کے لئے ہے جدید کتاب
بہترین تجارتی فی رہنما | تجارتوں اور کاموں کے
لئے نہایت ہی عمدہ کتاب
بہترین باورچی خانہ | ۳۴ قسم کی ڈشیاں، ۳۴ قسم
کے برکھے، ۲۴ قسم کی دالیں، بہترین کھانے
پکانے کی سب سے بڑی کتاب
صنعت و حرفت | بہترین روزگار کا گائیڈ ہے اس میں
کے قیمتی راز | پانچویں گلی چھاپہ خانہ کی بیبا
عمارت رنگ صان ویسی دولاٹی۔ بالخصوص ڈور
بوٹ پاش اور دیگر بے شمار چیزیں بنانے کی
آسان و مزیدار روش ہیں
بہترین مولا | اس کتاب کو روپیہ بنانے والی
مشین کہا جاسکتا ہے
بہترین نقد | علم دیکھانے کے متعلق شاید ہی کوئی کتاب
ہو جو اس کتاب میں نہ ہو
بہترین صابون سازی | صابون سازی کے متعلق
نہایت ہی عمدہ کتاب ہے
عقلمندانہ تصویر | یہ کتاب گھر کا ڈاکٹر ہوگی
جس میں مختلف امراض انسانی کے نسخے درج ہیں
جدید انجینئرنگ کا گائیڈ | کوئی انجینئر
انجنئر عام و عزیز بائیلوں مشینوں وغیرہ کی مرمت
اور انکے نئے بنانے اور فٹ کرنے کے لئے
جدید انجینئرنگ | بہترین روزگار کا گائیڈ | تصویر جلی کے
فن پر لا جواب کتاب ہے
جدید سکھوتھ | رکشا کا گائیڈ | سکھوتھ اور رکشا
کے ان کے متعلق وضاحت کیا ہے تفصیل پر ہر شے کی
شناخت و تصاویر کے ذریعے
جدید نوٹو گرافی کا گائیڈ | (تصویر) نوٹو گرافی
کے تمام راز۔ ملکی و صلائی، پرنگ، الٹا رنگ، ۱۵
جدید پوٹر و پوٹر سائیکل کا گائیڈ | تصویر ایکلہ خان جی
پورا عرصہ کتبک بن کتاب ہے
جدید ریڈیو کا گائیڈ | تصویر نہایت ہی آسان و
میں ریڈیائی محنتوں سے آگاہ کیا ہے
جدید ورتش | گائیڈ | تصویر و حلائی و صلائی
سایچوں کی لمبی عرصہ کاری جو ڈیاں وانا
جدید ریشم کا گائیڈ | تصویر بہترین کے طرح ملانا
جدید کپڑوں کا گائیڈ | تصویر ان کے آشنا کوخ
آواز، تصویر کاٹ کرنا، تھیراٹھ و کرنا۔